

Taller de Cocina

para adult@s

Alimentación para una VIDA SALUDABLE

*Viernes, 21 de febrero. 19:15 a 21:15
Sala multiusos del Polideportivo*



A partir de febrero, y hasta el mes de junio, vamos a organizar este taller un viernes al mes

Este taller va dirigido, no sólo a aquellas personas que saben cocinar, sino también a aquellas que, aún no teniendo conocimientos, quieran iniciarse en el “mundillo de los fogones”.

Si “no sabes ni freír un huevo”, ésta es tu oportunidad, te enseñaremos:

- * Conocimientos básicos de cocina.
- * Aprender a cocinar Platos tradicionales y caseros básicos.
- * Platos para el ritmo de vida moderno.
- * Cocina saludable.

Y, si ya tienes algún conocimiento y cocinas habitualmente, este taller te puede ser útil para:

- * Aprender trucos de cocina.
- * Rentabilizar el tiempo invertido en la cocina.
- * Obtener consejos prácticos para mejorar tus platos.
- * Darte ideas para elaborar tu menú semanal.

Inscripciones: en el ayuntamiento hasta el 20 de febrero